

Club-Sandwich mit Huhn,

saftigen Tomaten und Creme-Dip



30-40min



2 Personen

Heute gibt es einen amerikanischen Klassiker: Wir belegen Sandwiches mit zartem Hendl, knackigem Salat und saftigen Tomaten. Ein frischer Joghurt dient als Aufstrich und Dip für die leckeren Kartoffel-Wedges aus dem Backrohr. Das Clubsandwich feierte übrigens in den 1930er Jahren die ersten Erfolge, heute ist es von der amerikanischen Speisekarte nicht mehr wegzudenken. Enjoy!

Was du von uns bekommst

- Dinkeltoast ¹
- Mayonnaise ^{3,10}
- Salatherz
- Tomate
- Kartoffelnetz
- Joghurt ⁷
- Hühnerbrust

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backblech
- Backpapier
- Backofen mit Umluftfunktion
- Pfanne

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7), Senf (10).
Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Inhaltsangaben pro Portion

Energie 790kcal, Fett 31.6g,
Kohlenhydrate 75.6g, Eiweiß 44.3g



1. Kartoffeln zubereiten

Backrohr auf 250°C Umluft vorheizen. Die **Kartoffeln** in ca. 1-2cm dicke Spalten schneiden. Mit 1EL Olivenöl, Salz und Pfeffer marinieren und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen. Für ca. 20Min. im Rohr garen.



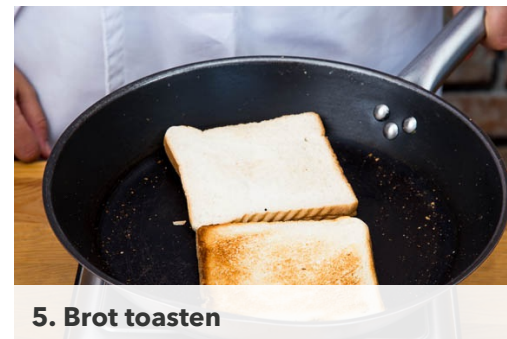
4. Joghurt-Dip rühren

Den **Joghurt** in einer Schüssel mit Salz und Pfeffer abschmecken.



2. Huhn braten

In einer mittleren Pfanne 1EL Pflanzenöl mittelhoch erhitzen. Die **Hühnerbrust** ca. 4-5Min. von jeder Seite anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen. Die Pfanne aufbewahren.



5. Brot toasten

6 Toastscheiben gold-gelb toasten. Wer keinen Toaster hat, kann das **Brot** wahlweise im Backrohr oder in einer Pfanne ohne Öl toasten.



3. Gemüse vorbereiten

Inzwischen den **Salat** in feine Streifen schneiden und in einer großen Schüssel mit der **Mayonnaise** vermischen. Die **Tomate** halbieren und in möglichst dünne Scheiben schneiden.



6. Sandwich zusammenstellen

Die **Hühnerbrust** in dünne, schräge Scheiben schneiden. Jeweils 3 Scheiben **Toast** zu einem **Sandwich** bauen, dabei das **Brot** mit etwas **Joghurt** bestreichen, mit **Salat, Tomaten** und **Huhn** belegen. Es hilft die **Sandwiches** mit einem Holzspieß zu fixieren. Mit den **Wedges**, dem restlichen **Joghurt** und evtl. **Salat** servieren.